



ATELIER MEMOIRE

ST AUGUSTIN

Avec le **PEPS - Programme d'Education et de Promotion de la Santé « EUREKA »**, venez comprendre et stimuler votre mémoire pour l'améliorer au quotidien en forme !!



EN PRATIQUE

10 séances de 2h - 1 séance par semaine

Inscription obligatoire au **05 55 49 85 57** ou au **06 83 99 91 90**

Groupe d'une quinzaine de personnes

1^{ère} séance le

Lundi 08 janvier

Salle des Fêtes

5, Rue de la Grave

19390 Saint-Austustin

DETAIL DU PROGRAMME

Atelier
GRATUIT

SEANCES	DATES	THEMES
SEANCE 1	08 JANVIER	Présentation du contenu du programme
SEANCE 2	15 JANVIER	Les différentes stratégies de mémorisation
SEANCE 3	22 JANVIER	Attention et mémoire de travail Qu'est-ce que je suis venu(e) chercher ici ?
SEANCE 4	29 JANVIER	Mémoire visuo-spatiale, attention et mémoire associative Emplacement des objets, où sont mes lunettes... ?
SEANCE 5	05 FEVRIER	Mémoire topographique Je me suis perdu(e), pouvez-vous me dire où se trouve... ?
SEANCE 6	12 FEVRIER	Mémoire des noms propres Rappelez-moi votre nom., ce visage me dit quelque chose
SEANCE 7	19 FEVRIER	Mémoire des mots courants Comment appelle-t-on cela ?
SEANCE 8	26 FEVRIER	Mémoire des chiffres et logique numérique Marignan : 1515 ou 1715... ?
SEANCE 9	04 MARS	Mémoire de ce qui est vu, lu et entendu Il me semble avoir déjà lu, vu, entendu cela
SEANCE 10	11 MARS	Mémoire prospective J'ai encore oublié de...